

POLSCY SENIORZY W SIECI: WIRTUALNA ZŁOTA JESIEŃ? KORZYSTANIE PRZEZ OSOBY DOJRZAŁE Z INTERNETU I NOWYCH TECHNOLOGII

Joanna Gacka

*Dolnośląska Szkoła Wyższa we Wrocławiu**

Streszczenie: Stały wzrost liczby osób dojrzałych korzystających aktywnie z Internetu oraz liczne programy przeciwdziałania wykluczeniu cyfrowemu nie przekładają się na ograniczenie występowania stereotypów dotyczących funkcjonowania tej grupy wiekowej w środowisku nowych technologii. Jak wskazują badania, zasięg stereotypów na temat osób dojrzałych w globalnej sieci od lat się praktycznie nie zmienia, a seniorzy nadal są postrzegani jako grupa, który Internetu nie rozumie, nie potrzebuje, a wręcz się obawia. Stereotyp ten wpływa także na samych użytkowników w wieku dojrzałym – badania wskazują, że są oni sceptyczni wobec własnych kompetencji oraz możliwości edukacyjnych w tym zakresie. Artykuł prezentuje przegląd obecnego stanu wiedzy na temat aktywności seniorów w polskim Internecie, oparty na podstawie prowadzonych w Polsce badań naukowych, na danych statystycznych pozyskiwanych przez instytucje oraz firmy od samych użytkowników sieci oraz na własnych obserwacjach autorki, dotyczących użytkowników największego i najstarszego polskiego serwisu dla osób 50+. Autorka, w oparciu dostępne dane oraz własne doświadczenie w pracy z osobami dojrzałymi w sieci, podejmuje także próbę odpowiedzi na pytanie o skuteczne przeciwdziałanie wykluczeniu cyfrowemu seniorów. Celem artykułu jest uwrażliwienie środowisk związanych z obecnością i aktywnością osób starszych w sieci (instytucji, placówek edukacyjnych, przedsiębiorców, władz etc.) na konieczność potrzeb tej grupy wiekowej, dotyczących charakterystycznej dla niej specyfiki korzystania z Internetu oraz przygotowywania programów i ofert dla użytkowników 50+ w oparciu o ich rzeczywiste oczekiwania.

Słowa kluczowe: edukacja cyfrowa seniorów, kompetencje cyfrowe, seniorzy w Internecie, wykluczenie cyfrowe seniorów.

Obecność osób starszych w wirtualnej przestrzeni zwiększa się z roku na rok. Rośnie także grupa starszych użytkowników zaawansowanych technologicznie, choć w dalszym ciągu jest ich znacznie mniej niż w młodszych pokoleniach. Jak są postrzegane i jak same siebie widzą osoby starsze korzystające z globalnej sieci? Co seniorzy robią w Internecie, czym się wyróżniają i jakie mają potrzeby? Czy świat wirtualny i osoby starsze to „dobrana para”?

* jo.gacka@gmail.com

Złota jesień w cyberprzestrzeni – kim są internauci-seniorzy?

Według danych demograficznych, w 2015 roku 15,6% Polaków przekroczyło 65 rok życia. Wraz ze starzeniem się społeczeństwa rośnie też liczba internautów-seniorów. Wzrost ten jest jednak bardziej dynamiczny, bowiem składają się na niego dwa czynniki. Z jednej strony seniorzy coraz częściej sięgają po Internet, z drugiej zaś wiek dojrzały osiąga kolejne roczniki osób, które z globalną siecią miały już do czynienia.

Z Raportu INTERNAUCI 2014, przygotowanego przez Fundację Centrum Badania Opinii Społecznej, wynika, że w 2014 r. w Polsce przynajmniej raz w tygodniu z Internetu korzystało 19% osób, które ukończyły 65. rok życia. W grupie wiekowej 55–64 lata jest to już 42% procent. Z kolei dane Megapanel PBI/Gemius z 2016 r. wskazują, że z sieci korzysta już co piąta osoba powyżej 55. roku życia. Korzystanie z sieci jest korzystne dla osób starszych. Stanowi trening mózgu, pozwala radzić sobie z samotnością, ułatwia życie osobom o ograniczonej sprawności fizycznej, wreszcie dostarcza wiedzy o świecie, umożliwia kontakt z rodziną oraz umożliwia rozwój pasji i zainteresowań. Doskonałym przykładem mogą być wyniki badań wykonanych na University of Exeter w Wielkiej Brytanii podczas realizacji projektu Ages 2.0 (*Ages2.eu*). Wskazują one, że osoby starsze, które potrafią korzystać z komputerów i Internetu (przede wszystkim zaś z narzędzi komunikacji, takich jak: poczta elektroniczna, komunikatory czy media społecznościowe), poprzez możliwość łatwego komunikowania się z bliskimi w znaczący sposób poprawiają swoje samopoczucie. Zwiększyło się także ich zaufanie do swoich możliwości, wzrosła samoocena i nastąpiła poprawa zdolności poznawczych.

Jeszcze dekadę temu w Polsce osoby w wieku 60+ korzystające z globalnej sieci stanowiły znikomy odsetek wszystkich polskich internautów. Według badania Megapanel PBI/Gemius z 2005 r., internautów w wieku 55+ było zaledwie 3,4%. Duża część z nich po raz pierwszy miała kontakt z siecią z powodu emigracji dzieci i wnuków – komunikator zainstalowany na starym komputerze stanowił najtańszą formę kontaktu z rodziną. Członkowie rodziny byli też nauczycielami nowych umiejętności. W ten sposób pierwsze kroki w Internecie stawiała część użytkowników prowadzonego przez mnie od 2006 r. portalu Senior.pl. Inni uczyli się korzystania z komputera oraz Internetu podczas kursów w uniwersytetach trzeciego wieku, bibliotekach czy domach kultury. Później pojawiły się pierwsze ogólnopolskie inicjatywy wprowadzania osób starszych w cyfrowy świat. Ich autorami były wydawnictwa komputerowe, operatorzy telekomunikacyjni, ale także organizacje pozarządowe. Dobrym przykładem jest rozpoczęty w 2007 r. i kontynuowany (choć w zmienionej formie) do dziś program „Akademia e-Seniora UPC”, przygotowany przez UPC Polska we współpracy z Akademią Rozwoju Filantropii w Polsce. W ramach programu odbywały się cykliczne bezpłatne kursy w kilkunastu miastach w Polsce, powstał też jeden z pierwszych dedykowanych osobom starszym podręczników do nauki obsługi komputera i korzystania z Internetu. Z czasem liczba takich inicjatyw zwiększała się, a dziś polscy seniorzy mają do dyspozycji wiele kursów i szkoleń. Co roku powstają i aktualizowane są także podręczniki i poradniki, które mają pomóc dojrzałym internautom w poruszaniu się po globalnej sieci.

W ciągu ostatnich 10 lat wzrosła zarówno liczba internautów-seniorów, jak i znacząco zmienił się również ich profil oraz sposób, w jaki „trafiają” do sieci. Coraz więcej jest wśród nich osób, które używają Internetu od wielu lat, na co dzień, na przykład w pracy zawodowej. Grupa internautów-seniorów staje się zatem coraz bardziej zróżnicowana. Można pokusić się o stwierdzenie, że właśnie w tej grupie wiekowej występują największe różnice w sposobie korzystania z sieci, w potrzebach i umiejętnościach. Na podstawie obserwacji użytkowników Senior.pl (*Senior.pl*, 2015) mogę wyróżnić trzy główne grupy osób dojrzałych korzystających z Internetu, opierając się na potrzebach, umiejętnościach i zaawansowaniu użytkowników.

Pierwszą z grup stanowią **internauci „początkujący”** – osoby, które z Internetu korzystają okazjonalnie, mają opanowane wyłącznie podstawowe umiejętności, posiadają swoje ulubione miejsca, narzędzia i sposoby korzystania (Szmigielska i współprac., 2014). Ich niskie kompetencje cyfrowe powodują, że są oni zależni od otoczenia, najczęściej członków rodziny, którzy wykonują za nich wszystkie bardziej skomplikowane operacje z zakresu obsługi komputera. Traktują sieć jako uzupełnienie dotychczasowych narzędzi informacji i komunikacji, jednakże nie jest im ona niezbędna, a jej brak nie wprowadza znaczących zmian w życiu czy silnego dyskomfortu. Dość często w tej grupie znajdują się osoby najbardziej zaawansowane wiekowo.

Kolejna grupa to **internauci „hobbystyczni”** – osoby, dla których Internet stał się sposobem (lub jednym ze sposobów) na spędzanie wolnego czasu. Ich biografia edukacyjna i zawodowa nie zawiera zazwyczaj elementów edukacji w zakresie nowych technologii komunikacyjnych, uczą się oni korzystać z komputera i sieci już na emeryturze bądź rencie. W grupie tej znajdują się zarówno użytkownicy spędzający w sieci bardzo wiele godzin, jak i korzystający z niej znacznie rzadziej. Tych ostatnich od grupy „początkujących” odróżnia większe zaawansowanie, jeśli chodzi o umiejętności i zakres wykorzystywania sieci, a także stała aktywność edukacyjna. „Hobbystyczni” internauci-seniorzy znacznie częściej niż pierwsza grupa aktywnie funkcjonują w społecznościowych częściach Internetu. Biorą udział w dyskusjach, publikują zdjęcia lub efekty swoich prac graficznych, chętnie poznają nowe możliwości i równie chętnie pomagają innym, mniej zaawansowanym użytkownikom. W społeczności Senior.pl właśnie ta grupa jest najbardziej aktywna, stanowiąc między innymi trzon sekcji „poradniczych” i „pomocowych”. Aktualnie jest to także największa grupa seniorów-internautów, jednak sytuacja ta ulega dynamicznej zmianie.

Trzecią – i najbardziej dynamicznie rosnącą grupę użytkowników – stanowią **internauci „zawodowi”**, czyli osoby, które poznały i korzystały z Internetu w pracy, często nadal używają go w celach zawodowych. Grupa ta w swoich wymaganiach, oczekiwaniach i możliwościach jest bardziej zbliżona do grup wiekowych 30+ i 40+ niż do „grup seniorskich”, ma też dość wysokie kompetencje cyfrowe. I choć „zawodowi” internauci-seniorzy korzystają z przeznaczonych dla osób dojrzałych miejsc i narzędzi w sieci, ich potrzeby znacznie wykraczają poza standardową ofertę kierowaną do tej grupy wiekowej.

Z punktu widzenia demografii wynika, że w ciągu najbliższych lat znacząco zwiększy się liczebność drugiej i trzeciej z wymienionych grup internautów-seniorów. Warto także zauważyć, że w wiek senioralny wchodzi kolejne roczniki osób, dla których Internet jest podstawowym środowiskiem komunikacji, pozyskiwania informacji, rozrywki oraz funkcjonowania zawodowego. Za ilustrację zmian demograficznych może posłużyć prosty fakt. Współtwórcy polskiego Internetu, czyli osoby z pokolenia, które dwie dekady temu decydowało o jego rozwoju, mają dzisiaj ponad 50 czy nawet ponad 60 lat.

Mimo tych znaczących różnic, najstarsi użytkownicy Internetu wykazują jedną cechę wspólną – nie należą do grupy „cyfrowych autochtonów”. Wynikają z tego znaczące różnice pomiędzy starszymi i młodszymi grupami wiekowymi, zaobserwowane m.in. przez Jerzego Jakuba Czarkowskiego (2014, s. 42–43). Według niego – w odróżnieniu od młodszych internautów – starsi użytkownicy sieci do nowych technologii podchodzą raczej nieufnie niż entuzjastycznie, korzystając z nich w sposób analogiczny do dotychczasowego użytkowania wcześniej posiadanych urządzeń (np. telefonu), gorzej poruszają się w świecie wirtualnego przekazu, przedkładają treści tekstowe nad multimedia, preferują myślenie linearne i szeregowe przetwarzanie informacji oraz lepiej rozumieją dłuższe treści. Te cechy charakterystyczne występują też (choć w różnym stop-

niu) wśród aktywnych użytkowników Senior.pl. Do najbardziej znaczących różnic zaliczam fakt, że internauci-seniorzy odwołują się do swoich doświadczeń z „przedsięciowych” czasów, traktując nowe technologie jako narzędzie ułatwiające pracę, rozrywkę i życie, a nie jak równoprawną rzeczywistość (Barani, Hołda, 2014, s. 71–73). Wynika z tego swego rodzaju dystans, nieufność i ostrożność wobec oferty wirtualnego świata oraz tendencja do samoograniczania się w korzystaniu z jego możliwości (zob. Szmigielska, Bąk, Hołda, 2014, s. 16). Późne rozpoczęcie edukacji cyfrowej łączy się także z zaniżoną oceną własnych kompetencji. Tu niestety negatywną rolę odgrywać mogą także bliscy, którzy wykonują za użytkownika różne czynności, powodując u niego zwiększoną niepewność co do własnych umiejętności i możliwości rozwoju (Bąk, Jaszczak, 2014, s. 139).

Wspomniane wyżej cechy, które odróżniają starszych użytkowników Internetu od „internetowych tubylców” po części pomagają, a po części utrudniają im funkcjonowanie w sieci. Niestety, stanowią także źródło licznych nieuprawnionych poglądów na temat korzystania przez seniorów z nowych technologii. Najbardziej rozpowszechnione z nich mówią o tym, że seniorom Internet nie jest potrzebny (lub że nie chcą oni go używać) oraz że nie są oni w stanie opanować kompetencji w zakresie korzystania z niego. Tymczasem wiele opracowań dotyczących kontaktu osób dojrzałych z nowymi technologiami wskazuje na to, że po wstępnym przeszkoleniu bardzo dobrze odnajdują się oni w sieci oraz dostrzegają i wykorzystują jej użyteczność (Olczak, 2014, s. 100)

Osoby w wieku dojrzałym stanowią nie tylko stale rosnącą grupę użytkowników wirtualnego świata. Stają się też jego pełnoprawnymi obywatelami. Chętnie się uczą, coraz wprawniej pokonują technologiczne i mentalne bariery, a globalna sieć staje się dla niektórych z nich bardzo istotnym środowiskiem funkcjonowania społecznego. Osoby starsze korzystają już (choć oczywiście w różnym stopniu) ze wszystkich możliwości, które daje wirtualny świat – oglądają filmy, czytają wiadomości, tworzą blogi i wideoblogi, są aktywne w sieciach społecznościowych, robią zakupy, korzystają z banków, angażują się w przedsięwzięcia społeczne (Szmigielska, Bąk, Hołda, 2014, s. 20–21). Co dziesiąty polski użytkownik Facebooka ma powyżej 50 lat, jeszcze więcej osób w tym wieku korzysta z Twittera (*Internauci 55+...*, 2015). Istniejące na świecie od wielu lat projekty, takie jak: międzypokoleniowa współpraca w sieci czy e-wolontariat seniorów, są wprawdzie jeszcze w Polsce mało popularne, jednak coraz więcej osób z tej grupy wiekowej angażuje się w sieci w akcje społeczne, zarówno w ramach zorganizowanych programów pomocowych czy wolontariackich, jak i spontanicznie – w kręgu swoich sieciowych znajomych. Przykładem może być aktywny od 10 lat wątek w Klub Senior Cafe, w którym użytkownicy angażują się w wirtualną pomoc różnym instytucjom charytatywnym. Seniorzy mają też swój zarówno bierny, jak i aktywny udział w negatywnych zjawiskach w sieci – przykładem internetowy hejt czy stalking. Niestety, nie są bezpieczni nawet w „swoich” miejscach – również portale dla seniorów czy pojedyncze starsze osoby padają ofiarą internetowych trolli i prześladowców (Szmigielska, Bąk, Hołda, 2014, s. 23–25). Seniorzy padają także ofiarami sieciowych przestępców i doświadczają ciemniejszych stron przygody z siecią. Jednym słowem, mają te same możliwości i dotyczy ich większość problemów utrudniających życie wszystkim internautom. Jednak w niektórych kwestiach potrzebują odmiennego podejścia.

Wydaje się, że stereotypowy obraz osoby starszej w sieci stanowi jedną z przyczyn, dla której – pomimo rosnącej obecności seniorów w Internecie – społeczeństwo, ludzie biznesu i władzy zdają się w dalszym ciągu nie zauważać zmian ich aktywności oraz profilu społeczno-ekonomicznego. Poza „enklawami” przeznaczonymi dla osób 50+ czy 60+ Internet jest tworzony przez

młodych i dla młodych, i w taki sposób jest postrzegany także przez osoby starsze (Szmigielska, Bąk, Jaszczak, 2014, s. 55–57). Dotyczy to zarówno doboru samych treści, jak i sposobu ich komunikowania, nieuwzględniającego specyfiki starszych grup wiekowych. Przykładem może być niebranie pod uwagę zmian starzeniowych dotyczących percepcji kolorów, powodujących gorsze widzenie barwy niebieskiej (i odróżnianie jej od innych kolorów) oraz mniejsza wrażliwość na kontrast wzroku (Kilian, 2012, s. 98). Wystarczy przejrzeć przeznaczone dla seniorów strony niektórych instytucji publicznych, żeby przekonać się, że zostały one przygotowane bez uwzględnienia tej specyfiki. Dotyczy to również języka, w którym podawane są komunikaty (a nawet pisane podręczniki do nauki obsługi komputera dla seniorów). Często jest on niezrozumiały dla osób niebędących „cyfrowymi tubylcami”.

Również kierowane do seniorów oferty handlowe i reklamy wskazują na brak rzetelnej wiedzy oraz stereotypowe postrzeganie tej grupy konsumentów. W swojej pracy zawodowej wciąż stykam się z kampaniami reklamowymi, u założeń których leży całkowita nieświadomość potrzeb i specyfiki grupy wiekowej, do której reklamodawca kieruje swój przekaz. Dotyczy to także sposobu komunikacji. Treści reklamowe są często formułowane językiem, który przez seniorów jest odbierany negatywnie (np. zawierają zbyt bezpośrednie zwroty, wiele zapożyczeń z języka angielskiego czy skrótowce). Dzieje się tak, mimo że reklama w założeniu jest dedykowana środowisku seniorskiemu. Warto też krótko przyjrzeć się reklamowanym w sieci ofertom dla osób starszych. Te rzeczywiście dedykowane grupie 50+ czy 60+ związane są przede wszystkim ze zdrowiem, opieką i urodą. Pozostałe produkty i usługi to „ogólna” oferta danej firmy, dostosowywana pod względem marketingowym do miejsca jej prezentacji (czasem różnica polega wyłącznie na zmianie zdjęcia młodej osoby na starszą). Wyraźnie widać to, że internauci-seniorzy nie doczekali się jeszcze rzetelnej analizy rynkowej. Duża część oferowanych im produktów i usług to efekt realizacji wyobrażeń o tym, czego może potrzebować i oczekiwać starsza osoba korzystająca z sieci.

Seniorzy szczególnie narażeni na wykluczenie cyfrowe

Nie można mówić o seniorach w sieci, pomijając liczną grupę tych osób dojrzałych, które pozostają poza jej zasięgiem. Mimo dynamicznego wzrostu, liczba osób dojrzałych korzystających z nowoczesnych technologii komunikacyjnych w dalszym ciągu jest w Polsce bardzo niska. Zjawisko wykluczenia cyfrowego nadal najbardziej dotyka właśnie seniorów. Przy czym termin „wykluczenie cyfrowe” nie dotyczy jedynie kompetencji i umiejętności, ale także dostępności nowych technologii, która w Polsce jest nadal bardzo nierównomierna. Według danych GUS z ubiegłego roku (*Spoleczeństwo informacyjne...*, 2015), komputery posiadało 82% gospodarstw domowych w dużych miastach, 75,5 % w małych miastach i 73,6% na obszarach wiejskich. Podobnie jest z dostępem do Internetu – w dużych miastach ma go 79,9% (w tym 77,5% do Internetu szerokopasmowego), a w mniejszych miastach i na obszarach wiejskich odpowiednio 72,% (9,1%) i 71,5% (66,7%). Zróżnicowanie to maleje z roku na rok, jednak w dalszym ciągu występuje. Warto dodać, że na obszarach mniej zurbanizowanych gorszy jest także dostęp do nowych technologii w instytucjach publicznych.

Niestety, ofiarą tych nierówności padają osoby starsze, które mają ograniczone zarówno możliwości korzystania z nowych technologii, jak i dostęp do wiedzy na temat ich przydatności. W tym samym raporcie najczęściej podawaną przyczyną niekorzystania z komputera lub Internetu jest brak takiej potrzeby. Jednakże wykluczenie cyfrowe najstarszych Polaków potwierdzają także inne badania i raporty, które wskazują kolejne przyczyny wykluczenia cyfrowego. Należą do nich: wczesne wycofywanie się dzisiejszej grupy 60+ z rynku pracy (a więc brak możliwości

uczenia się w ramach aktywności zawodowej), aktywność skupiona na czynnościach niewymagających nowych technologii oraz niska dostępność programów służących podnoszeniu kompetencji cyfrowych dla niektórych grup społecznych – niepełnosprawni, mieszkańcy obszarów wiejskich etc. (Lew-Starowicz, Lorecka, 2013, s. 21–30).

Warto pamiętać, że dzisiaj wykluczenie cyfrowe przekłada się na poważne utrudnienia w aktywności społecznej, politycznej, kulturalnej, a także na gorszą dostępność wielu usług. Osoby pozbawione dostępu do sieci funkcjonują na marginesie życia społecznego, a ich głos i potrzeby często bywają niezauważane.

Konieczna edukacja – nie tylko seniorów

Mimo trwałej i stale rosnącej obecności seniorów w sieci, bardzo często ich potrzeby nie są brane pod uwagę przy tworzeniu środowiska cyfrowego. Instytucje i przedsiębiorstwa nie dostrzegają z jednej strony odmiennych zachowań osób starszych w sieci, z drugiej zaś – faktu, że nie ograniczają się oni do „swoich” serwisów czy dedykowanych im urządzeń. Przytoczone wyżej przykłady (jak nieuwzględnianie lub niewyodrębnianie najstarszej grupy wiekowej w badaniach, traktowanie seniorów jako jednorodnej grupy, niedostosowanie stron i serwisów, trudności językowe etc.) to niewielka część sytuacji, z którymi spotykam się w codziennych kontaktach zawodowych z osobami starszymi stawiającymi swoje pierwsze kroki w Internecie.

Ucieczka od starości w dzisiejszym świecie ukierunkowanym na „wieczną młodość” skutkuje próbami zapomnienia o tym etapie życia, maksymalnym zmarginalizowaniem go czy wręcz wyparciem. Mechanizm ten, opisany m.in. przez Adama A. Zycha (2012, s. 378–379), stoi – moim zdaniem – u podłoża niechęci do rozumienia potrzeb osób starszych, również tych dotyczących nowych technologii. Dopiero rzeczywista a nie deklaratorywna zmiana tej postawy pozwoli na to, żeby wirtualna jesień polskich seniorów rzeczywiście była „jesienią złotą”.

Nadal konieczne są działania edukacyjne i aktywizujące cyfrowo najstarszych Polaków, a także poprawiające zarówno ich cyfrowe kompetencje, jak i dostępność (również finansową) nowych technologii, w tym szerokopasmowego Internetu oraz urządzeń i komunikacji mobilnej (Szmigielska, Bąk, Jaszczak, 2014, s. 51).

Zmiany demograficzne i dynamiczny wzrost liczby polskich seniorów w sieci wyznaczają jednak także kierunki prac instytucji kierujących swą ofertą do osób starszych, w tym instytucji edukacyjnych i opiekuńczych czy sektora NGO oraz operatorów usług publicznych. Potrzebne są rzetelne projekty badawcze, pozwalające na rzeczywiste określenie potrzeb, możliwości i stopnia wykluczenia cyfrowego najstarszych Polaków oraz oparte na nich programy. Wreszcie edukacja dotycząca osób starszych i nowych technologii powinna być kierowana także do całego społeczeństwa – w tym szczególnie do przedstawicieli mediów, nauczycieli i edukatorów wszystkich grup wiekowych oraz osób mających wpływ na polską legislację oraz kształtowanie życia społecznego (od parlamentarzystów i przedstawicieli władz państwowych i samorządowych, po duchownych i osoby cieszące się publicznym szacunkiem i uznaniem). Dopiero szeroko rozpowszechniona wiedza na temat negatywnych skutków wykluczenia sieciowego seniorów oraz korzyści, jakie dają im dostęp do nowych technologii wraz z umiejętnościami i chęcią codziennego z nich korzystania, pozwolą na rozprawienie się ze stereotypami i uznanie, że komputer podłączony do Internetu nie jest dla osoby starszej luksusem czy fanaberią, a – podobnie jak w przypadku młodszych grup wiekowych – narzędziem niezbędnym do poznawania świata i komunikacji z nim oraz wykonywania pracy czy realizacji działań społecznych (Jaszczak, Bąk, 2014). W edukacji seniorów oraz ich otoczenia ogromną rolę mogą pełnić projekty międzypokoleniowe, wymagające zaangażowania

zarówno starszych, jak i młodszych osób. Edukowane i konfrontowane są tu obie strony. Taka strategia umożliwia nie tylko na aktywizację seniorów w społeczeństwie nowych technologii, ale likwiduje także bariery wynikające z uprzedzeń i stereotypów oraz z użytkowania różnych środków komunikacji.

Wśród wartościowych projektów internetowych można wskazać też odbywające się w kilku miastach w Polsce bezpłatne zajęcia komputerowe dla seniorów prowadzone przez uczniów i nauczycieli ze szkół STO (*Krakowscy seniorzy w Internecie. Darmowy kurs*) czy projekt Polska Cyfrowa Równych Szans (*Latarnicy.pl*), w ramach którego wolontariusze prowadzą zajęcia wprowadzające osoby w wieku 50+ w świat Internetu, usług cyfrowych i komputera. Nadal jednak projektów tego typu jest zbyt mało, by w istotny sposób mogły wpłynąć na zmiany w zakresie świadomości społecznej. Pozostaje mieć nadzieję, że kolejne lata przyniosą jeszcze bardziej dynamiczne zmiany w tym względzie.

Bibliografia

- Ages2.eu. (2016). Pobrane z: <http://ages2.eu/en/>
- Akademia e-Seniora UPC. (2007–2015). Pobrane z: <http://aplikacje.upc.pl/upc-esenior/>
- Barani, K., Hołda, M. (2014). Osobowość i jakość życia, a korzystanie z Internetu przez seniorów. W: B. Szmigielska (red.), *Senior zalogowany* (s. 70–94). Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Bąk, A., Jaszczak, A. (2014). Rzeczywiste kompetencje seniorów w zakresie korzystania z Internetu. W: B. Szmigielska (red.), *Senior zalogowany* (s. 121–153). Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Czarkowski, J. J. (2014). Nowe obszary zagrożenia niepełnosprawnością i wykluczeniem osób 45+ w społeczeństwie wiedzy. W: J. Bednarek, A. Andrzejewska (red.), *Zagrożenia cyberprzestrzeni i świata wirtualnego* (s. 30–54). Warszawa: Difin.
- Internauci 2014. (2014). Pobrane z: http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2014/K_082_14.PDF
- Internauci 55+ na Twitterze i Facebooku. (2015). Pobrane z: <http://www.gemius.pl/wszystkie-artykuly-aktualnosc/internauci-55-na-twitterze-i-facebooku.html>.
- Jaszczak, A., Bąk, A. (2014). Poradnik. Praktyczne wnioski z przeprowadzonych badań. W A. Szmigielska (red.), *Senior zalogowany* (s. 153–165). Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Kilian, M. (2012). Naturalne i patologiczne zmiany oczne w starszym wieku i ich subiektywne objawy. *Niepełnosprawność i Rehabilitacja*, (2), 91–105.
- Kliknij raz dziennie. (2006–2015). Pobrane z: <http://www.klub.senior.pl/spoleczenstwo/t-kliknij-cie-raz-dziennie-page987-1529.html>
- Krakowscy seniorzy w Internecie. Darmowy kurs. (2015). Pobrane z: <http://www.internet.senior.pl/153,0,Krakowscy-seniorzy-w-Internecie-Darmowy-kurs,22240.html>
- Latarnicy.pl. (2014–2015). Pobrane z: www.latarnicy.pl
- Lew-Starowicz, R., Lorecka, K. (2013). *Włączenie cyfrowe – droga do reintegracji społecznej*. Warszawa: Uniwersytet Warszawski.

- Megapanel PBI/Gemius. (2005–2015). Pobrane z: <http://www.panel.pbi.org.pl/megapanel.php>.
- Olczak, R., (2014). Technologie informacyjne w różnych fazach życia człowieka. W: M. Kowalski, A. Olczak (red.), *Edukacja w przebiegu życia: Od dzieciństwa do starości* (wyd. 2, s. 93–102). Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Senior.pl. (2015). Pobrane z: <http://www.senior.pl>
- Spółeczeństwo informacyjne w Polsce. Wyniki badań statystycznych z lat 2010–2014. (2015). Pobrane z: http://stat.gov.pl/download/gfx/portalinformacyjny/pl/defaultaktualnosci/5497/1/8/1/spoleczenstwo_informacyjne_w_polsce_2010-2014.pdf
- Szmigielska, B., Bąk, A., Hołda, M. (2014). E-seniorzy w świetle dotychczasowych badań. W: B. Szmigielska (red.), *Senior zalogowany* (s. 20–21). Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Szmigielska, B., Bąk, A., Jaszczak, A. (2014). Komputer i Internet w życiu e-seniorów – doniesienia z badań jakościowych. W: B. Szmigielska (red.), *Senior zalogowany* (s. 46–65). Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Zych, A. A. (2012). Zaklinanie rzeczywistości a blaski i cienie podeszłego wieku. W: A. A. Zych, (red.), *Poznać, zrozumieć i zaakceptować starość* (s. 377–382). Łask: Over Group.

POLISH SENIORS ON THE INTERNET: WHETHER THESE ARE THE GOLDEN YEARS
IN CYBERSPACE? USING INTERNET AND NEW TECHNOLOGIES BY MATURE PEOPLE

Abstract: Despite the constant increase in the number of mature users of the Internet in Poland and a growing number of programs to counteract digital exclusion, seniors still seem to stereotyped as people who do not understand the Internet, are afraid of it and do not need it. This stereotype also has an impact on the older users themselves; research shows (that) they doubt their own digital skills and educational opportunities regarding the use of computers and the Internet. This article presents an overview of the current state of knowledge on Polish seniors' activity on the Internet. It is based on research conducted in Poland and data obtained from network users by institutions and companies. The author, who has worked with mature Internet users (on the largest and oldest Polish website for people over 50), also raises the question of how to deal effectively with digital exclusion of seniors. The article aims to encourage various groups (institutions, companies, educational institutions, government, etc.) associated with the presence of people over 50 on the Internet to recognize this group's real needs of regarding Internet use, and to prepare programs or offer services based on seniors' actual expectations.

Keywords: digital education of seniors, digital exclusion of seniors, digital skills of seniors, seniors and Internet.